

### 葉定仕故居

陳天權



蓮麻坑的葉定仕故居是香港唯一一位於禁區範圍的法定古蹟，去年古蹟辦完成修復後，在辛亥革命一百周年對外開放。可是一般市民難以踏足此地，除非申請禁區通行證，否則要等到二〇一五年蓮麻坑解禁後才有機會參觀這座建築了。

在蓮麻坑出生的葉定仕於十六歲那年（一八九五年）到曼谷當裁縫學徒，其後成立服裝廠承包軍服生產。由於他手工精湛而獲暹羅王室賞識，據說更得到一位公主青睞，兩人於一九〇五年結婚，而他亦成為了當地僑領。

受孫中山革命思想影響，葉定仕於一九〇七年到訪孫的家鄉翠亨村，之後回到蓮麻坑，參照孫氏故居興建一幢糅合中西建築風格的兩層高大屋，一年後完成。是年他返回暹羅，加入中國同盟會暹羅分會並擔任會長，積極籌款，投入孫中山的反清活動。

一九三〇年代暹羅排華，葉定仕決定放棄當地事業和土地，攜兩子兩女回鄉，住在自己所建的大屋。香港日治時期，蓮麻坑被日軍佔領，村民受盡勞役折磨，葉定仕在貧病交迫下於一九四三年逝世，享年六十四歲。中國解放後，葉氏兩名兒子相繼離鄉前赴內地，故居空置，荒廢了幾十年，幾被樹木雜草掩蔽，葉定仕的事蹟亦逐漸埋沒。直至一九八七年，葉氏三子葉瑞山返鄉，但見家園滿目瘡痍，於是聯絡當局修復，又到各處尋找父親資料，向外介紹，終令大屋重生。



修復後的葉定仕故居煥然一新

### 微言博語

新一輪的「明日家園」CINEX 關綜聯主題影片巡展開始了。

在這次的主題影片巡展裡，可找到令人動容的作品。來自世界各地，關注生存與生命課題的創作人，用他們的鏡頭記錄與抒情，開映的時代，或許可以得以淨化吧？

韓國導演拍攝尼泊爾不為人知的一面，《被上帝遺忘的孩子》把鏡頭聚焦於巴格馬提河畔的火葬場。作為毀滅與再生的大神濕婆，火葬場成為亡者進入天國的「必經之路」，而這條巴格馬提河，則是流向死亡的聖河。火葬場的煙冉冉升起，亡者在宗教儀式中得以昇華，聖地滿是莊嚴。

然後，在火葬場行乞的孩子們，展現的是另一種生活。他們跳進河裡，打撈那些死者身上的錢幣，檢察官的食物充

### 明日家園

洪嘉

飢，聖地於他們既是一個遊樂場，也是一個討生活的場所。宗教慰藉了亡者，卻對在眼前掙扎求存的孩子無能為力。影片將於二月底在樹仁大學放映，一個關於死亡與生命的故事，或許是我們該認真思考的。剛放映過的有張經緯的《歌舞昇平》，在璀璨的煙花底下，是貧窮的家庭怎樣精打細算的生活，繁華的天空，卻照耀不到底層人們的困苦。

李軍虎的《父親》二十七日晚在中文大學放映，為了解決兒子的學費與生活費，做了一輩子農民的父親，變賣了家中所有值錢的東西。他深信只有讀書才有出頭天，擁有知識的兒子將帶領一家脫貧。偏偏面臨畢業的兒子卻在現實中越發感到空虛，城市像是不斷漂流的鏡像，就業困難使他可能賺得比父親還要多。老農民對未來的良好想像，與兒子難以啓齒的現實，是一個最寫實的個案研究。雖然那是一對中國父子的案例，可這不也是香港的一個普遍現象。

### 東寫西讀

「瘦體素」下降，於是會增進食慾，尤其是愛吃高卡路里及碳水化合物含量高之食品。專家認為這一類人當下午開始便不喝咖啡，而且晚上過了九時一定不可進食。

### 肥胖人格

軒轅伯

農曆年過後，很多人都發了福，其實新年只是導火線罷了，真正令閣下變胖的原因，原來是你的人格：《人格與社會心理學》學術期刊有文章指出，有五種性格的人會特別容易變胖：

(1) 貓頭鷹人格——晚睡的人通常會令「瘦體素」下降，於是會增進食慾，尤其是愛吃高卡路里及碳水化合物含量高之食品。專家認為這一類人當下午開始便不喝咖啡，而且晚上過了九時一定不可進食。

(2) 完美主義者——這種人最大的問題是對自己的體重經常有不切實際的期望，所以反而常常不能夠保持體重達標；精神科醫生更發現，飲食失調症很多時候都跟病人不斷要求完美有關。應付這種性格的方法是不要制定「目標」而制定對自己的「每周要求」，如：不要求自己減十五磅，改

### 清代緙絲龍袍

李英豪

數十年來所認識中外收藏界朋友中，甚少人會收藏清朝皇室用龍袍；縱使對龍袍有興趣，也只偶兩購藏一兩件賞玩，不當作「專題藏品」，更鮮有從「升值」或「保值」着眼。

不過，喜愛古代緙絲傑作者，則大有人在；但要蒐求得宋、明、清三朝，幾近不可能；如果萬幸購得元、明、清三朝緙絲書畫真蹟，已欣喜若狂，愛不釋手，怎樣也不肯割愛。

反而清代緙絲，因常應用於各種服裝和室內陳設用品，故巨幅至佛像、小巧至荷包、香囊、扇套等，皆有不少數量存在。唯獨清朝皇室用（包括皇帝）之緙絲龍袍，則甚罕有；其緙法更精細、複雜及華貴。像附圖為緙絲龍袍局部，可見一斑。

清代皇太后和皇后龍袍分三式：一式明黃色，領袖用石青，緙金龍九，領前後正龍各一；二式緙五爪金龍八圍，兩肩前後正龍各一，襟行龍四；三式如二式，惟下幅不施采章。皇帝冬朝服與夏季夏朝服，俱以龍為主體。前者兩肩前後緙正龍各一，襲行龍六；後者除了緙正龍，腰帷、裳、披領及袖端均緙行龍。清代中期龍袍除了有一「雙面透緙法」，更出現「三色金緙法」，而且後來創「新」緙透緙法。

光是研究緙絲技藝，已大有學問。



### 閒性閒情

數十年來所認識中外收藏界朋友中，甚少人會收藏清朝皇室用龍袍；縱使對龍袍有興趣，也只偶兩購藏一兩件賞玩，不當作「專題藏品」，更鮮有從「升值」或「保值」着眼。

而要求自己每星期作四次帶氧運動。

(3) 樂善好施者——有研究發現原來有強烈同理心及熱心助人的人，往往由於容易感受到別人的不快，故亦很容易過進食抒懷。解決方法不是不要幫助別人，而是當不開心的時候，嘗試寫下自己的感受，以避免吃零食。

(4) 壓力愛好者——喜歡與人相爭，又或是覺得趕死線才有滿足感的人，很容易分泌大量皮質醇而變胖。專家指出，要求這一類人減少爭勝心的難度甚高，倒不如在他們感到成功與勝利後，切戒以飽餐一頓來獎勵自己！

(5) 同步工作者——越習慣同步工作 (synchronicity) 的人，越不察覺自己常常不停進食。要消除這種「無意識進食」(mindless eating) 的狀態：第一，先嘗試記錄三天內自己吃過的每種食物，讓自己已醒覺；第二，進食時一定要慢慢吃。好消息：專家發現，擁有這些「肥胖人格」中最胖的一成人，平均會較同一類人當中「身體體重指數」(Body Mass Index) 最小的那一成人，平均相差二十四磅——換言之，即使你擁有一「肥胖人格」，你只要用心改變性格上的缺陷，可以減輕體重約十公斤，加油！

### 芝麻是女性恩物

思健

家庭主婦不妨留意下，在廚房中擺放的各種烹飪油中，芝麻油是最不易被氧化及變質走味的食物。為什麼？原來芝麻本身含有多種天然的抗氧化成分，其中包括豐富的維生素E源。女性最害怕的是青春流逝，皮膚老化。人體老化主要是活性氧造成的，芝麻具有較強的抗氧化、抗老化作用。在女性的護膚美膚中，芝麻的抗氧化成分還能促進人體對維生素A、C的利用，保護皮膚的健康，減少皮膚感染；對皮膚中的膠原纖維和彈力纖維提供滋潤，改善、維護皮膚的彈性；又同時促進皮膚內的血液迴圈，使皮膚得到充分的營養物質與水分，以維護皮膚的柔嫩與光澤。

有習慣性便秘的女性，腸內長期滯留的毒素傷害到肝臟，亦會造成皮膚的粗糙。芝麻能滑腸通便，不僅僅在肌膚上，還從體內本質上起到滋潤皮膚的作用。天然維生素E，又被稱為生育醇，顯然也對女性的生育期有延長作用，可長期留住女性的魅力青春。

節食減肥的女性，由於其營養的攝取量不夠，皮膚亦變得乾燥、粗糙。而芝麻中含有防止人體發胖的物質蛋黃素、膽鹼、肌醇，因此芝麻吃多了也不會發胖，還可使粗糙的皮膚獲得改善。

女性又最常見貧血、骨質疏鬆症。芝麻中含豐富鐵質，其含鈣量又較牛奶為勝，是預防的最佳食物。

### 醫學與養生

今年是英國恐怖小說大師史托克 (H. G. Wells) 逝世一百周年紀念，願天下衆多僑胞僑胞們，搞搞新意思，紀念僑胞老祖先，大可群魔亂舞一番也。

可以這樣說，沒有史托克 (一八四七至一九二二)，便沒有今之「僵屍文化」。史托克在一八九七年出版了他的恐怖鉅著《吸血僵屍德古拉》(Dracula)，講述一個「不死傳說」，震驚文壇，開創吸血文學的先河，啟發後世大批僵屍片的出現，影響二十世紀通俗文化持久及深遠。

或問大師何來這麼多「鬼主意」？原來他自小體弱，躺在病床上過日子，他認為：「一病體困擾，使我對生死胡思亂想，很多怪誕的念頭都在病床浮現，對我後來寫作很有幫助。」七歲之後身體竟神奇的康復（一如書中吸血鬼

### 人間百寶

今年英國恐怖小說大師史托克 (H. G. Wells) 逝世一百周年紀念，願天下衆多僑胞僑胞們，搞搞新意思，紀念僑胞老祖先，大可群魔亂舞一番也。

### 不死傳說

吳昊

般「再生」)，過正常人的生活，大學畢業後做了著名愛爾蘭舞劇演員亨利·艾文的特別助理和協助經營劇院業務，亦有機會到處遊歷。

其時英國文藝界盛行哥德式浪漫主義，愛說異題材，恐怖故事，淒麗文字，人性黑暗的描述。史托克是這方面的超級級奇客，對志怪傳說情有獨鍾，例如其時報章盛傳埃及「法魯王的詛咒」，因發掘圖坦卡門的工作人員後來大都死於非命，史托克很感興趣，立刻動筆寫恐怖小說《七星珠寶》，成為後世一切木乃伊復活故事的藍本。

至於吸血鬼，是他浪跡歐洲時聽到的不死傳說，甚為着迷，立刻做了一輪考據，寫出生傑作《吸血僵屍德古拉》。人類對不死的渴求，正是史托克小時在病床上的體驗，相信在他一生中死亡陰影是驅之不散，晚年更多番受到心臟病打擊，無力抵抗死神的召喚。

**大公網**  
takungpao.com

**品味香港 了解祖國 洞觀世界**

日均點擊率1000萬次以上，受眾遍及中國內地、港澳、台灣，以及美國、加拿大、澳大利亞、韓國、日本等國家和地區。

**歡迎瀏覽並惠賜廣告**

大公網網址：[www.takungpao.com](http://www.takungpao.com)  
大公手機新聞：[3g.takungpao.com](http://3g.takungpao.com)

聯繫電話

香港：852-28310500	南京：25-3243655	重慶：23-63628921
北京：10-68001032	瀋陽：24-23128388	西安：29-87291924
上海：21-62789301	濟南：531-8589548	成都：28-85557928
廣州：20-87362846	大連：411-2815063	雲南：871-4199577、4179318
深圳：755-82077232	吉林：431-8630954	海南：898-66735188
福州：591-7535147	哈爾濱：451-82328241	澳門：853-66699931
杭州：571-87151207	武漢：27-85761302	

大公網深圳電話：755-26648947，26407878轉191 電郵：tkpkcc@takungpao.com

**大公網廣告價目**

版位	規格	價格(元) (每月計) HK\$ (港幣)
首頁通欄廣告	468x60pixels(15K)	\$48,000
可擊點接連網址或 開啟廣告詳情內容		
首頁面指定位商標旗幟廣告	120x50pixels	\$25,000
可擊點接連網址		
其他頁面通欄廣告	468x60pixels(15K)	\$22,000
可擊點接連網址或 開啟廣告詳情內容		
首頁頁內廣告	不固定	\$30,000
國際、國內、港聞、財經、 娛樂欄目頁內廣告	不固定	\$25,000
其他欄目頁內廣告	不固定	\$15,000
其他網頁商標旗幟廣告	120x50pixels	\$15,000
可擊點接連網址		
豎形廣告可在各欄目首頁及 內文頁的左右兩旁指定位置	60x120pixels	\$15,000
彈出窗口(當進入網站主頁 面時，同時彈出一個廣告 視窗，裡面顯示廣告內容)	不固定	\$50,000

**廣告製作費用**

A. 通欄廣告：HK\$2500-3000元/幅

B. 旗幟廣告：HK\$800元/幅

C. 豎形廣告：HK\$1800元/幅

若同時徵訂《大公報》廣告，本網廣告價格大幅優惠。